Nr. 4. Cena 50 gr.

MŁODA MATKA



J. Danhauser.

DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE



Ludzie oglądają się na ulicy i podziwiają nasze najmłodsze dzieciątko. Nic dziwnego, MĄCZKA NESTLE'A zrobiła z niego świetnie rozwinięte dziecko.

NESTLE'A MĄCZKA dla DZIECI zawiera najlepsze szwajcarskie mleko alpejskie, sproszkowany suchar ze słodu pszenicy, wszystkie tak ważne witaminy, oraz sole mineralne, niezbędne do tworzenia się kośćca, słowem, jest ona pełnowartościowym pokarmem dla dzieci.



NESTLE AND ANGLO-SWISS CONDENSED MILK CO.
Cham-Vevey (Szwajcarja)
Oddział na Polskę:
Gdańsk Krebsmark 7/8.

Po otrzymaniu tego kuponu wysyłamy bezpłatnie próbną puszkę Nestle'a mączki dla dzieci.

Nazwisko: ....

Miejscowość: ....

Ulica i Nr.: ....

PROSIMY O
HYGENOL
PUDER DLA DZIECI



Miljony dziennie używają

Chlorodont

Pastę do zębów
Wodę do ust
Szczotki do zębów



ROK III. Nr. 4.

MŁODA · MATKA

DWUTYGODNIK · POŚWIĘCONY · ZDROWIU I · WYCHOWANIU · DZIECKA · DO · LAT · SIEDMIU

POPIERANY-PRZEZ-POLSKIE-TOWARZYSTWO-PEDJATRYCZNE

DRUGI ZESZYT LUTOWY 1929 R.



W SZWECJI MŁODE MATKI UPRAWIAJĄC SPORTY, NIE ZAPOMINAJĄ O SWYCH DZIECIACH, KTÓRE, JAK TO WIDZIMY, NIE BOJĄ SIĘ MROZÓW I ŚNIEGU.

KILKA SŁÓW O GARBIE U DZIECI

Jedną z najczęstszych postaci gruźlicy w wieku dziecięcym jest gruźlica kości. Jak wiemy, zarazek gruźliczy może umiejscowić się w najrozmaitszych narządach i tkankach ustroju i w zależności od umiejscowienia i od nasilenia sprawy chorobowej dać te lub inne objawy chorobowe, dać ten lub inny przebieg cierpienia. Zarazek gruźliczy przy umiejscowieniu się w tkance kostnej daje z początku rozrzedzenie kości, potem przy dalszem trwaniu choroby, powoduje bardzo daleko posunięte zniszczenie kości, ropa zaś, która przy tem często powstaje, szuka sobie ujścia w powstałych przetokach, które mogą nie goić się w przeciągu szeregu lat.

Takie długotrwałe cierpienie jest często przyczyną całego szeregu zniekształceń kończyn; powoduje ono szereg kalectw, przeistaczając chorych w niezdolnych do pracy inwalidów.

Nie mam zamiaru omawiania najrozmaitszych cierpień, powstałych na tle gruźlicy chirurgicznej. Wspomnę tylko o jednej z tych postaci, a mianowicie o gruźlicy kręgosłupa. Często widuje się matki, które przyprowadzając do lekarza dziecko z garbem wskazują, jako na przyczynę powstania garbu „przełamanie się“ dziecka. Według słów matki „dziecko zostało albo przez kogoś potrącone, lub spadło z jakiegoś wysokiego stołka lub łóżka“. Ten uraz miał spowodować powstanie garbu. Badanie natomiast lekarskie potwierdzone również badaniem za pomocą promieni Roentgena wykazuje całkowite zniszczenie jednego z kręgów. Nie ulega wątpliwości, że uraz wogóle nie odegrał tu żadnej roli, lub ostatecznie mógł tylko przyczynić się pośrednio do zniekształcenia już poprzednio chorego kręgu. Coprawda, w pewnych rzadkich przypadkach uszkodzenie urazowe kości może osłabi w miejscu urazu odporność tkanki i przyczynić się do usadowienia się w tem miejscu zarazka gruźliczego. Lecz bez sprawy gruźliczej nie otrzymalibyśmy zniszczenia kręgu, nie otrzymalibyśmy tak wybitnych skrzywień kręgosłupa.

Złamanie kręgosłupa powstałe na skutek urazu zazwyczaj powoduje odrazu szereg bardzo ciężkich objawów, często zaś może być przyczyną śmierci dziecka. Gruźlica zaś kręgosłupa zazwyczaj nie daje tych ciężkich objawów, powodując stopniowo zniekształcanie się kręgosłupa.

Nie ulega więc wątpliwości, że gruźlica w ogromnej ilości przypadków jest główną przyczyną garbów. Inne zaś zniekształcenia kręgosłupa, przeważnie skrzywienia boczne, mogą być spowodowane przez inne choroby; w powstawaniu tych

skrzywień często odgrywa rolę krzywica (angielska choroba) dająca wraz ze skrzywieniem kręgosłupa zdeformowania klatki piersiowej.

Gruźlica kręgosłupa jest cierpieniem bardzo długiem, wymagającem kilkuletniego leczenia. Wczesne rozpoczęcie leczenia daje bardzo dobre wyniki lecznicze. W tych przypadkach zabiegi ortopedyczne w postaci łóżeczek gipsowych, gorsetów leczniczych obok ogólnego leczenia za pomocą długotrwałych naświetlań słońcem dają często całkowite uzdrowienie. W ogromnej jednak mierze wyniki lecznicze zależą od cierpliwości rodziców. Rodzice winni zrozumieć, że tylko długotrwałe systematyczne leczenie może wrócić zdrowie ich dzieciom.

Dr. S. Popowski.

O ILOŚCI TŁUSZCZU W POŻYWIENIU DZIECI W WIEKU PRZEDSZKOLNYM

Do poruszenia tego zagadnienia skłoniły nas liczne przykłady nadmiernego stosowania tłuszczów w pożywieniu dziecka. Jako jaskrawy, choć trochę karykaturalny, przykład takiego nadużywania tłuszczu może posłużyć następujący.

— Niedziela. Do jednej z kawiarenek wchodzi skromnie ubrany jegomość z pięcioletnim synkiem. Zajmują miejsce przy stoliku i zamawiają dwie „białe“ i bułeczki z masłem. W kilka minut wszystko to było im podane. Wówczas ojciec grubo smaruje bułeczkę masłem i oddaje ją chłopcu. Równocześnie wkłada mu do kawy dwa krążki masła. Trochę targów, malec ulega i konsumuje cały ten „pożywny“ posiłek. W nagrodę za to dostaje jeszcze ciastko z kremem.

Podobne przykłady w tej czy innej formie widuje się we wszystkich sferach, częściej jednak śród ludzi zamożnych.

Bezsprzecznie wartość tłuszczu jako składnika pokarmowego jest duża i bezsprzecznie tłuszcz pod względem swej wartości odżywczej przewyższa pokarmy mączne. Dlatego też dużo jest słuszności w mniemaniu przeciętnego osobnika, że „tłusto“ oznacza równocześnie „pożywnie“.

To wszystko jednak nie usprawiedliwia nadmiaru tłuszczu w djecie dziecka. Prawidłowe odżywianie dziecka tak samo zresztą jak i dorosłego, wymaga pewnej harmonji między poszczególnemi składnikami pokarmowemi, to znaczy określonej ilości białka, tłuszczu, wodanów węgla i t. p. Każde większe spaczenie tej harmonji na korzyść jednego składnika niepomyślnie odbija się na zdrowiu i samopoczuciu dziecka.

Zobaczmy teraz, jak wygląda dziecko przekarmione tłuszczami, to znaczy trzymane na djecie, w której jest nadmiar tłuszczu.

Dziecko takie jest blade, otyłe, ociężałe, apatyczne. Zawsze jest najedzone. Często miewa odbijania się, nudności lub wymioty. Stołeczki takiego dziecka są jasne, prawie zawsze zaparte. A co najgłówniejsza, te dzieci stale zapadają na najprzeróżniejsze cierpienia nieżytowe dróg oddechowych. Potocznie się o nich mówi, że są one skłonne do katarów.

Nie trzeba być lekarzem, aby powiedzieć, że naszkicowany tu typ dziecka daleko odbiega od ideału dziecka zdrowego i pełnego radości życia.

Aby uniknąć nadmiaru tłuszczu w pożywieniu, trzeba wiedzieć, ile mniej więcej spożywa go dziecko dziennie. Dla okresu niemowlęcego zagadnienie tłuszczowe nie istnieje. Niemowlę w pokarmie zazwyczaj ma tyle tłuszczu, ile mu potrzeba dla normalnego rozwoju. W miarę wzrostu dziecka pożywienie również powinno wzrastać.

Pamiętamy z poprzednich artykułów, że śród składników pokarmowych należy rozróżniać dwa rodzaje — jedne, które służą za budulec — białka i sole, inne, które są tylko materjałem palnym. Do nich należą tłuszcze i węglowodany. Otóż w miarę wzrostu dziecka, zwiększają się wszystkie składniki pokarmowe—z wyjątkiem tłuszczów. Norma tłuszczów przez cały okres wieku przedszkolnego, a nawet i później, pozostaje ta sama jak i w niemowlęctwie.

Rozumiem, że matki interesuje głównie konkretne zagadnienie, ile tłuszczu dziecko może spożywać dziennie. (Mam tu na myśli dziecko do lat 7).

A więc trochę arytmetyki. Niemowlę w drugiem półroczu życia otrzymuje na dobę w pokarmie i w ewentualnem pożywieniu sztucznem po przerachowaniu na masło najwyżej 5 łyż. od herb. masła. Stąd wynika, że 5 łyż. od herb. masła należy uważać za dzienną rację tłuszczów w djecie dziecka w wieku przedszkolnym. Część z tych tłuszczów jest zazwyczaj w różnych pokarmach, np. w mleku. Dlatego faktyczna dzienna racja tłuszczu będzie znacznie mniejsza.

Wyliczmy teraz, ile przeciętnie trzeba dodać masła do posiłków dziecka w 2-im roku życia. Jeżeli przyjmiemy, że dziecko w tym wieku dostaje koło ½ litra mleka na dobę, a z tem koło 3 łyżeczek masła, to wypadnie, że na cały dzień do wszystkich pozostałych posiłków pozostanie matce do dyspozycji najwyżej 2 łyż. od herb. masła. Jak widzimy, niewiele i znacznie mniej, niż ogół matek sobie wyobraża.

Od trzeciego roku życia w związku z dalszem zmniejszaniem ilości mleka w pożywieniu dziecka, ilość masła, które trzeba dodać, trochę wzrasta, jednakże nieznacznie, bo zaledwie o 1—1½ łyż. od herb. Biorąc przeciętne dane, widzimy, że ilość masła dodawanego do pożywienia dziecka w wieku od 2 do 7 lat nie przekracza 3 najwyżej 3 i pół łyżeczki od herbaty. Przy stosowaniu żółtka ilość masła musi być odpowiednio zmniejszona. Przytem żółtko pod

względem zawartości tłuszczu można uważać za równoważnik masła.

Sądzę, że dla wielu matek powyższe wyliczenia są zbędne, gdyż bez tego wszystkiego potrafią one zachować odpowiednią miarę. Matki zaś nadużywające tłuszczu w djecie dziecka będą mogły na podstawie wyżej skreślonego schematu przeprowadzić nad sobą pewną kontrolę.

A teraz, czy ten schemat jest niewzruszalny. Oczywiście, że nie — wartość jego jest tylko względna. Lekarz, opiekujący się dzieckiem, może go zawsze nagiąć do tych czy innych celów leczniczych. Może on również ulegać pewnym zmianom w zależności od pory roku. Latem wymienione normy mogą być niższe, zimą zaś wyższe. Widzimy tutaj powtórzenie na małą skalę tego zjawiska, które obserwujemy przy przeglądaniu sposobu odżywiania się ludów, zamieszkałych w różnych strefach klimatycznych. Ludy północne spożywają więcej tłuszczów. Stoi to w ścisłym związku z zapotrzebowaniem ciepl'ka przez ustrój ludzki, które to zapotrzebowanie w zależności od temperatury otaczającej atmosfery jest różne.

Na zakończenie musimy rozstrzygnąć kwestję następującą — co należy zrobić, aby podane w tej czy innej postaci tłuszcze były jak najlepiej znoszone.

Otóż w pierwszym rzędzie ważne jest, jaki rodzaj tłuszczu stosujemy. U dziecka najbardziej godnem polecenia jest dobre masło. Inne tłuszcze nie powinny wchodzić w grę.

Dalej należy pamiętać, aby tłuszcze nie były stosowane w ilościach nadmiernych. Tu może być pomocnym wyżej nakreślony schemat. Przekraczanie zwykłej normy tłuszczowej może zawsze być przyczyną pewnych zaburzeń w stanie zdrowia dziecka.

Już dawniej fizjologowie ustalili pewną maksymę co do wykorzystywania tłuszczów przez ustrój ludzki. Maksyma ta brzmi — tłuszcze spalają się w ogniu węglowodanów. W tłomaczeniu na zwykły język maksyma ta sprowadziłaby się do podawania tłuszczów zawsze wraz z wodanami węgla t. j. cukrami i przetworami mącznemi. Z tego punktu widzenia należy uważać za racjonalne łączenie na chlebie lub bułce masła z miodem lub konfiturami. Podawanie zaś samego masła dzieciom, jak to niekiedy czynią nasze matki, jest stanowczo niedopuszczalne. W równej mierze należy unikać łączenia pokarmów białkowych (mięsa) z tłuszczami (tłuste sosy).

Ostatnią rzeczą, o której trzeba pamiętać przy stosowaniu tłuszczów, jest stosowanie w odpowienich ilościach w djecie dziecka jarzyn i owoców. W jednym z poprzednich artykułów mówiłem już, że przemiana tłuszczowa przebiega prawidłowo tylko wówczas, gdy ustrój ma do swej dyspozycji jarzyny i owoce z sokami w nich zawartemi. Nie zapominajmy o tem! **Dr. R. Barański.**

POWIETRZE A BRAK ŁAKNIENIA

Z CYKLU „BRAK ŁAKNIENIA U DZIECI"

Niejednokrotnie już poruszałem w poprzednich Nr. „Młodej Matki" zagadnienie braku łaknienia u dzieci i starałem się wykazać, że jest to zjawisko zależne od najróżnorodniejszych przyczyn, najczęściej natury ogólno-hygjenicznej. Bardzo często brak łaknienia nie jest spowodowany chorobą dziecka, wymagającą leków, lecz jest wynikiem błędów w technice odżywiania dziecka, w jego wychowaniu fizycznem i psychicznem.

Z pośród różnych czynników natury fizycznej (słońce, woda itp.) powietrze należy postawić na pierwszem miejscu. Natomiast o powietrzu wprost zapomina się. Prawie każda matka wie o zaletach promieni słonecznych. Stosowanie naświetlań, kąpieli słonecznych, kąpieli w różnych „solach" są b. rozpowszechnione. W zimie wszystkie matki chciałyby naświetlać dzieci lampą kwarcową (nota-bene — bezkrytycznie stosowane naświetlania mogą wyrządzić poważną szkodę dla zdrowia).

Lecz świeże powietrze, szczególnie w zimie — to jeszcze „wróg" w pojęciu wielu matek; powietrze to coś, co może wywołać „zaziębienie", to wiatr i przeciąg, a w najlepszym razie coś mało znaczącego. Matki zdają się nie dostrzegać szkodliwego wpływu na dzieci stałego przebywania w powietrzu mieszkaniowem i boją się każdego zimnego podmuchu.

A jednak znaczenie świeżego powietrza jest olbrzymie. W powietrzu znajduje się tlen, gaz niezbędny dla życia każdej żywej komórki ustroju ludzkiego. Bez tlenu człowiek żyć może tylko kilka minut. Tlen dostarczany przez krew wszystkim komórkom ustroju utlenia w nich różne substancje, które wymagają wydalenia z ustroju. Tlen częściowo opuszcza ustrój z powrotem przy wydechaniu w połączeniu z cząsteczką węgla, jako t. zw. dwutlenek węgla. W mieszkaniach zamkniętych zawsze zawartość tlenu w powietrzu jest mniejsza, a zawartość dwutlenku węgla większa — niż na przestrzeniach otwartych. Naturalnie najwięcej tlenu zawiera się w powietrzu pól i lasów.

Krótko mówiąc, brak tlenu w powietrzu doprowadza do utrudnionej czynności wszystkich narządów ustroju(a więc i narządów trawiennych) i do gromadzenia się w ustroju trujących odpadków przemiany materji. Łatwo zrozumiemy, że powinno to odbić się niepomyślnie na łaknieniu dziecka. Złe usposobienie, bóle głowy, brak łaknienia, blada, żółtawa cera — to są skutki stałego przebywania w zamkniętych mieszkaniach i częste skargi licznych rzesz dziecięcych. Natomiast cuda można zrobić nieraz z dzieckiem,

które cierpiało na głód tlenowy, gdy mu się da możność oddychania zawsze czystem, świeżem powietrzem.

Należy sobie uprzytomnić, że świeże powietrze powinno być w mieszkaniu zawsze. Otworzenie lufcika w pokoju na 5 min., lub nawet na ½ godziny nie zaradzi złemu. Znaczenie tego rodzaju wentylacji jest minimalne. Oczywiście, że w zimie trudno stale mieć okna otwarte, lecz należy dążyć, przy dobrem ogrzewaniu mieszkania, do starannego, kolejnego wietrzenia każdego pokoju kilka razy dziennie, a szczególnie przed nocą zapomocą szerokiego otwierania okien. A już nie sądzę wcale, aby współczesna matka zawieszała kotarami łóżeczko dziecka i zmuszała je do oddychania w nocy zepsutem powietrzem.

Lecz tego mało. Należy dziecku dać możność codziennie oddechania przez kilka godzin powietrzem nie mieszkaniowem, lecz przynajmniej parku lub ogródka, pola. Należy to czynić codziennie, a nie w dnie wybrane, gdyż widzieliśmy, że tlen potrzebny jest stale. Wyjątek mogą stanowić i tak zbyt liczne w naszym klimacie dnie słotne, zbyt duży wiatr i mróz.

Tylko wtedy gdy widzimy, że dziecko sypia w mieszkaniu dobrze wietrzonem i spędza kilka godzin dziennie na powietrzu, spacerze, saneczkowaniu i t. p., a mimo to nie ma łaknienia, należy doszukiwać się przyczyny chorobowej.

Dr. J. Wiszniewski.

O SANECZKOWANIU

Saneczki, magiczne słowo, na dźwięk którego żywiej bije serce naszych milusińskich, błyszczą oczy, występują rumieńce i ożywienie. Słowo, które jest bodaj najczęstszem marzeniem czy to w stolicy, w tak nudnym salonie, czy też w chałupinie pierwszej z brzegu na naszej wsi. Marzeniem, wspólnem dla biednych małych niewolników, które z nastaniem chłodów łączy piegowatego Felka „tego łobuza od szewca z suteryny" ze ślicznym grzecznym, czyściutkim i dobrze ułożonym Zygmusiem „od pana dyrektora z I-go piętra od frontu" i wiecznie „pręgowatego" od ojcowskiego paska za niesamowite figle Maćka z Brzuchowic Małych. Cóż bowiem obchodzą malców tak różne, najczęściej urojone, powody, powstałe w głowach ich rodziców w postaci obawy przed „zaziębieniem", czy „złamaniem nogi"? Skutek zawsze jest jednaki: na saneczki nie pójdziesz, bo.. i tu następuje mniej lub bardziej logiczne uzasadnienie, wypowiedziane czy to przy pomocy słów bardzo wykwintnych i dobranych, a przemawiających do rozsądku ofiary, czy też wypowiedziane bez pomocy słów, ale zato przy pomocy paska od ojcowskich spodni,

Tak, czy inaczej, pasmo marzeń zostaje przerwanem...

Świadomie, czy nie — dzieje się krzywda małemu narodkowi, w obronie którego muszę stanąć. Czyż jest bowiem zdrowsza rozrywka w zimie dla naszych najmniejszych współtowarzyszy niedoli na grzesznej ziemi, zarówno dla ich duszy, jak i ciała? Nadmiar energji zarówno psychicznej jak i fizycznej, który gromadzi się wskutek rzekomo-zdrowotnych ograniczeń — musi przecież gdzieś być wyładowanym. A obawy rodziców tu może mają najmniej podstaw, gdyż przy przestrzeganiu kilku elementarnych wskazówek higjenicznych, rozwiewają się same. Mróz? Nie jest tak straszny na dworze jak w pokoju dobrze ogrzanym! Do 6° — 7° dla najmłodszych, a do 10°-ciu dla nieco starszych nie przedstawia podczas saneczkowania żadnego niebezpieczeństwa. Odwrotnie, pozwala korzystać z powietrza w całem tego słowa znaczeniu „najzdrowszego", nie zawierającego bowiem kurzu, pochłanianego przez śnieg, oraz nadmiaru wilgoci. Tak straszne „zaziębienia" jeżeli i powstają czasami, to, najczęściej, wskutek nadmiaru troskliwości ze strony rodziców i wychowawców, w 99-ciu bowiem przypadkach na 100, są przyczyną zbyt ciepłego ubierania dzieci w całą kolekcję najrozmaitszych sweatrów i „kombinacji", niemal uniemożliwiających poruszanie się. Ponieważ zaś bez poruszania się nie do pomyślenia jest saneczkowanie, po kilku minutach dziecko jest zlane potem. Dopóki trwa ruch, jest to nieszkodliwem; ale droga do domu, znowu przez „troskliwość" (żeby się „biedactwo" nie zmęczyło) odbywa się najczęściej przy pomocy jakiegoś środka lokomocji, ruch zostaje przerwanym, wysoka ciepłota ciała rozgorączkowanego zabawą zostaje poddana silnemu działaniu otaczającego zimnego powietrza i... przesądowi staje się zadość: gorączka, kaszel, doktór, mikstura i t. d. Pamiętajmy więc: ubrać dziecko ciepło, ale nie za ciepło, co zaś najważniejsze: lekko! szczególnie głowę. Jeżeli chodzi o poszczególne części ciała: najcieplej należy ubrać stopy, pamiętając o dostatecznie obszernem obuwiu, i dłonie, ze względu na łatwość odmrożenia. Jeżeli zaś to nieszczęście się stanie — nie należy pod żadnym pozorem wprowadzać małego do lokalu ogrzanego, tylko zbielałą od mrozu część ciała rozetrzeć na mrozie, aż do wybitnego zaczerwienienia, śniegiem, dalsze zaś leczenie pozostawić lekarzowi.

Najlepszym jednak środkiem i to zapobiegającym powstaniu odmrożenia, jest ruch, w którym należy dziecko utrzymać od wyjścia, aż do powrotu do domu. Rzecz jasna, iż nie należy tu przesadzać i dopuszczać do zbytniego przegrzania się i obfitego pocenia. Jeżeli zaś już to się stało, nie zezwalać na najmniejszy odpoczynek i bezruch.

Obawa przed uszkodzeniami jest o tyle słuszną, iż możliwe one są (zresztą jak i w każdej zabawie)

szczególnie w towarzystwie dzieci o różnym wieku.

Przyczyną ich jest najczęściej bardziej brawurowa i „kawalerska“ jazda starszych. Dobór więc współtowarzyszy zabawy co do wieku i ostatecznie, temperamentu oraz umiejętności, powinien tę obawę w znacznej mierze zmniejszyć.

Być może, że powie ktoś, iż nie stać go na saneczki. Kwestja poważna. Ale czy nie będzie to oszczędność fikcyjna, nawet szkodliwa?

Dzieciństwo mija szybko. Zaniedbanie założenia trwałych fundamentów zdrowia w okresie kształtowania się dziecięcego ustroju — może się później odbić na tymże najskromniejszym nawet budżecie fatalnie, a to w postaci **wydatków na lekarza i leczenie. Przypuszczam, iż jutro** kupimy saneczki? **Dr. J. Gruner.**

AMBICJA DZIECKA

Obserwując małe dzieci zauważyć można często, że jedne z nich są, jak mówimy, ambitne a drugie znów ambicji nie mają, lub też ją zwolna tracą. Kwestja ambicji jest niezmiernie ważna.

A przecież często przyczyną rozmaitych cierpień nerwowych a nawet umysłowych, jest właśnie źle w życiu postawiona ambicja.

Według A d l e r a rzadko który człowiek ma właściwe o sobie mniemanie, lecz niemal zawsze albo się przecenia lub naodwrót niedocenia.

Zjawisko to spotyka się już i u małych dzieci, i może być wywołane wadliwem wychowaniem i postępowaniem z dzieckiem.

Dziecko pieszczone, zwłaszcza jedynak, ma n. p. zwykle ambicję wygórowaną, podczas gdy traktowane źle a mało odporne, posiada ambicję zagłuszoną.

Jeżeli słusznem ma być zdanie, że prawda leży pośrodku, to zadaniem naszem powinno być, by i ambicja była średnia, to jest ani zbyt wielka, gdyż wtedy osobnik staje się zarozumiałym, ani też zamała, gdyż wtedy zatraca dziecko nieraz poczucie własnej godności i wartości i traci zaufanie do siebię i w siebie.

A jednak często nasze postępowanie z dziećmi powoduje właśnie to, że ambicję niepotrzebnie **podsycamy,** lub co gorsza, ją głuszymy. Ważniejszem jest to ostatnie i dlatego poświęcimy mu słów parę.

Jakkolwiek dziecko powinno być posłusznem, to jednak tracić ono będzie ambicję, gdy autorytet rodziców, zwłaszcza ojca, jest tak wielki, że dziecko nigdy nie może mieć swego zdania, musi na każdym kroku słuchać rozkazów, nie mogąc nigdy nic samodzielnie zrobić, a nawet poprostu pomyśleć. Dzieci takie stają się z czasem automatami i osobnikami bez energji lub o ile mają w sobie odporność, budzi się w nich bunt a nawet co gorsze, czasem nienawiść do rodzica.

Liczyć się też powinniśmy z tem, że dziecko ma już swoją ambicję i często musi z niej korzystać n. p. w stosunku z rówieśnikami. Nie zasłania się wtedy tem „tata mi nie pozwala", naturalnie gdy chodzi o rzeczy słuszne a nawet potrzebne i dla zdrowia konieczne, jak o sporty, rodzaj ubrania, fryzury i t. p. Dziecko nieraz bardzo cierpi, gdy musi nosić śmieszne jakieś ubranko, długie włosy i t. p., a jest przytem ciągle narażone na pośmiewisko rówieśników.

Nie muszę chyba długo się rozwodzić jak bardzo źle na ambicję dziecka wpływa zbyt surowa kara ośmieszająca lub obniżająca godność człowieka.

A jednak nierzadko stosuje się podobne kary i to nietylko w domu ale i w szkole, przyczem nie bierze się zupełnie w rachubę ambicji lecz uważa dziecko ambitne za zuchwałe a nawet bezczelne.

Obecnie pod wielu względami zmieniliśmy dużo naszych zapatrywań na duszę dziecka, które uważano dotąd za manekin nic nie rozumiejący i nic nie pamiętający. Wiemy obecnie dzięki wielu badaniom, że dziecko nieraz doskonale wszystko rozumie, może tłomaczy to sobie inaczej, ale nieraz pewne fakty pozornie przez dziecko nie rozumiane, pozostają w jego pamięci przez całe życie, będąc potem podłożem rozmaitych nieraz schorzeń nerwowych.

Pamiętajmy więc o tem a zwłaszcza zwracajmy uwagę na ambicję dziecka, trzymając ją w karbach a gdy jest zbyt wygórowana, mitygując takową, lecz zarazem postępując inaczej jak z dzieckiem, które tej ambicji nie ma lub ma ją w małym stopniu.

Gwałtowne stłumienie ambicji. lub też zapoznanie takowej, może mieć w przyszłości dla osobnika fatalne skutki a często staje się przyczyną nieposłuszeństwa i oziębienia stosunku dziecka do rodziców lub wychowawcy. Wrodzony brak wszelkiej ambicji jest już stanem patologicznym i towarzyszy zwykle innym powikłaniom, które powinny być leczone przez lekarza lub wytrawnego psycho-pedagoga.

Dr. Adolf Klęsk.
(Kraków).

Z DZIENNIKA NAUCZYCIELKI

MYŚLI I OBSERWACJE

Jak młoda jabłonka osypana kwieciem, jak kryształowe jeziorko górskie, jak uśmiech z nieba — takie są oczy dziecka.

W Japonji wierzą, że główka jego jest siedliskiem bogów.

Ogród miejski.

Troje dzieci w wieku od 6 — 7 lat już od dłuższego czasu rysuje na piasku domek z ogródkiem, drzewami, pieskiem i t. d. Praca zbiorowa

Rysują w dużem skupieniu, naradzają się, oglądają z perspektywy.

Podchodzi dwoje obcych dzieci 6-cio i 3-letnie. Przez chwilę przyglądają się uważnie rysującym, a potem zaczynają ścierać nogami ich pracę. Czynią to w milczeniu systematycznie, zaciekle.

Śród trójki konsternacja. Dwoje starszych stoi z minami zakłopotanemi, onieśmielone tą brutalną napaścią. Butna 5-cioletnia dziewczynka usiłuje bronić swego dzieła przykucnęła nad rysunkiem i krzyczy na wandalów piskliwym głosikiem. Ale oni nic sobie z tego nie robią i odchodzą dopiero po dokonaniu całkowitej zagłady.

Słyszałam od pewnego wybitnego pedagoga i wychowawcy taką opinję o rodzaju ludzkim: twierdzi on, że istnieje na świecie 13 proc. warchołów i burzycieli z urodzenia, których nie ima się żadne wychowanie ...byli i zawsze będą.

Gdyby jednak... Gdyby wychowawcy pilnie baczyli, segregowali i już w zawiązku starali się te złe niszczycielskie siły zaprządz do jakiejś odpowiedniej pracy, jak zaprzężono niejedną siłę przyrody.

Możeby się ten straszliwy procent jednakże cokolwiek zmniejszył.

Na ławce siedzi mamusia, obładowana zabawkami. Obok stoi chłopczyk sześcioletni bierny i znudzony. Uśmiech zadowolenia wywołują na jego twarzy tylko zazdrosne spojrzenia rówieśników, rzucane na te jego zabawki.

— Syneczku, a może się pobawisz. — pyta mamusia.

Wtedy syneczek staje pośrodku alei umyślnie w tym celu, żeby przeszkodzić chłopcu nadjeżdżającemu na rowerze. Tamten nie łąży już skręcić i omal nie najeżdża na nogi złośliwca.

Mamusia, która nie spuszcza rozkochanych oczu ze swojego gagatka rzuca się na rowerzystę, jak pantera

— Niedobry, brzydki chłopiec — woła za nim, tuląc syneczka i pocieszając go.

Oj, coś mi się zdaje, że całkiem źle z tym procentem, że do tych 13 proc. warchołów z urodzenia trzeba będzie dodać conajmniej drugie tyle — z wychowania.

Salomea Kisielewska.

MOJE DZIECI — NASZE DZIECI

Zdrowie naszych dzieci. Czy jest skarb droższy na świecie? Dziecko jakoś niewyraźne — wystarczy to, by lęk okrutny ścisnął nasze serce. Dziecko chore — przerażenie nas ogarnia: czem skończy się ta choroba. I zaraz dociekania: skąd ta choroba, gdzie przyczyna, czyja wina— czy może moja wina?

Widziałam matkę, która po śmierci dziecka — oszalała z bólu — powtarzała wciąż w kółko: dlaczego ja mu dałam białego sera? Ser — przyczyną śmierci? Ależ tak — to możli-

we. Ale możliwe jest także, że to była bułka, kupiona w sklepiku, gdzie było chore dziecko; możliwe, że zarazek przyniosła ze sobą służąca, która otarła się na schodach, czy na ulicy o kogoś chorego lub mającego styczność z chorym. Albo — może to dziecko samo zetknęło się z chorym kolegą, może to ojciec przyniósł zarazek z tramwaju, może przyczyną choroby był zdradliwy pocałunek kochającej ciotki? Kto to wie? Źródeł choroby może być tysiąc i jedno, nie wiadomo nigdy, skąd przyszło nieszczęście. Wiadomo tylko — że przyszło do nas zzewnątrz.

Próżne wysiłki — możemy otaczać dzieci nasze największą pieczołowitością, dbać o każdy szczegół ich życia i czuwać — wiecznie czuwać i w dzień i w noc, wiecznie drżeć i ochraniać przed lada wiatru powiewem: choroba przyjdzie do nich skądś ze świata — i krew nam w żyłach zamrozi, szronem okryje nasze włosy i wszczepi nam na zawsze tę myśl straszliwą: nigdy spokoju, nigdy pewności.

Zdobyć tą pewność, że dziecko nie zachoruje — ach! jakby to było dobrze!

Lecz jak to zrobić — jak?

Tu trzeba sobie dobrze zdać sprawę: źródło choroby jest poza naszym domem. Jest w naszych brudnych klatkach schodowych, jest w ciasnych, zatęchłych mieszkaniach naszych najbliższych sąsiadów, może być w norach przedmieścia i śródmieścia, gdzie w jednej izbie mieszczą się 3 liczne rodziny, płynie ku

WYTWÓRNIA TRYKOTAŻY
przy

SKŁADZIE PRZĘDZY
Wełnianej
Bawełnianej
Jedwabnej
S. WEGENKO
WARSZAWA,
Marszałkowska 83 róg Hożej

nam Wisłą z naszych nieskanalizowanych miast, jest w mleku i maśle, produkowanem w straszliwie brudnych chałupach wiejskich, kryje się w wodzie, którą piją nasze dzieci podczas wywczasów letnich... Choroba jest wszędzie po za nami i zewsząd wyciąga ku nam swe długie ohydne macki i w każdej chwili możemy stać się jej ofiarą.

Walka obronna — defenzywa nic tu nie pomoże.

Nie — musimy iść ku niej w zwartym szeregu do ataku. Musimy dotrzeć do tych miejsc, gdzie się ona gnieździ i tam z nią walczyć.

W obronie zdrowia naszych dzieci — dbać musimy o zdrowie wszystkich tych, z którymi się one stykają — w mieszkaniu, na klatce schodowej, w szkole, w tramwaju, w kinie, na letnisku. Musimy wyjść poza nasz ciasny pokoik dziecinny, myślą i sercem objąć kraj cały, świat cały.

Cokolwiek robi kobieta poza domem dla dobra czyjegoś — dla dobra dziecka swego czyni. Pomoc innym dzieciom — obroną jest przed nieszczęściem, jakie jej własne dziecko

spotkać może. Dać jeść dziecku głodnemu sąsiada — znaczy to: walczyć ze źródłem choroby. Ubrać ciepło dziecko z odległego miasta — może to uchroni dziecko nasze od gruźlicy. Wygłosić piękny odczyt, napisać ciekawą książkę, wyjaśnić coś ludziom w głowie — to przecież podnieść kulturę i dobrobyt kraju — to przecież walka ze złem, o które się z konieczności ocierać musimy.

Minęły już bezpowrotnie te czasy, kiedy powołaniem kobiety było: pilnować gospodarstwa i robić pończochy. Teraz, kto chce mieć spokój i szczęście w domu, ten powinien zrozumieć, że dom jego jest cząstką świata całego. Zdrowie i szczęście naszych dzieci zależne jest od zdrowia i szczęścia wszystkich obywateli.

Jeżeli kiedyś zrozumieją to wszystkie kobiety, jeżeli każda obok najpieczołowitszej troski o swoją rodzinę, o swój dom zdobędzie się na czyny dla innych rodzin, innych domów, nastąpi wtedy ten błogi czas, kiedy spokój i pewność o zdrowie i szczęście naszych dzieci zapanują nad dręczącą nas zmorą i bezustanną troską.

Musimy się nauczyć myśleć i czuć: nie — moje dzieci, lecz — nasze dzieci.

R. Rudzińska.



ODPOWIEDZI NA LISTY RODZICÓW

1) **Prenumeratorce z Brześcia:** Mimowolne moczenie się dziecka we dnie jest rzeczywiście rzeczą b. nieprzyjemną. Jednak nie należy rozpaczać. Na razie powinno się próbować usunąć wspomniane zło na drodze wychowawczej—„przemawianie" do ambicji dziecka i dopilnowanie, aby mały systematycznie oddawał mocz. Gdyby to nie pomogło, należy chłopca pokazać pedjatrze. Poprawę stołeczków swego synka może Pani osiągnąć przez odpowiednie uwzględnienie jarzyn w jego djecie. O opowiadaniu bajeczek dzieciom w wieku lat 2 i 3 znajdzie Pani specjalny artykuł w „Młodej Matce" w numerze następnym (5-tym) jest to sprawa wymagająca zbyt szerokiego omówienia, by można ją było zamknąć w krótkiej odpowiedzi.

Co do zabawek to radzimy: piłkę, klocki, rower pokojowy na 4 kółkach poruszany rękami dziecka, drewniany samochód i t. p.

2) **Pani Aleksandrze Świerczyńskiej:** List wysłaliśmy przez pocztę.

3) **Pani Józefie Tanolskiej:** List wysłaliśmy przez pocztę.

4) **Pani Janinie Budzyńskiej:** Dobrego popularnego podręcznika z dziedziny odżywiania niemowlęcia nie możemy polecić, gdyż takiego w polskim języku nie posiadamy. Odsyłamy Panią w tej sprawie do dawnych roczników „M. M.". Drugiej kwestji będzie poświęcony w jednym z najbliższych numerów specjalny artykuł.

5) **Pani Antoninie Dziewońskiej:** Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

6) **Pani Jadwidze Fitzowej:** Odpowiedź wysłaliśmy przez pocztę.

7) **Panu B. P.:** Artykuł o biciu dzieci drukujemy.

8) **Pani Marji Kenig:** Musi Pani się opanować, aby uzyskać potrzebny Jej spokój. Pewien niepokój, w czasie snu, jaki Pani obserwuje u swego synka, wogóle nie posiada większego znaczenia, w szczególe zaś nie ma on nic wspólnego z zasadniczą chorobą dziecka.

9) **Pani J. Janczewskiej:** Odsyłamy Panią w tej sprawie do dawnych roczników „M. M.". Drugiej kwestji będzie poświęcony w jednym z najbliższych numerów specjelny artykuł.

10) **Pani W Zieleńskiej:** W odpowiedzi na list Pani pozwoliliśmy sobie przesłać artykuł S. Szuchowej, umieszczony w pierwszym numerze „M. M." z roku 1927 p. t. „Bibljoteka matki".

Od 30 lat

znany, cieszący się nieprzerwanem powodzeniem

Jecorol

N. Reg M. Z. P. 214



Magistra

A. Bukowskiego

stosowany dla dzieci osłabionych, niedokrwistych i przy osłabieniu ogólnem.

11) **Pani Kazimierze Świtajowej:** 6-miesięczna sztucznie żywiona córeczka Pani powinna dostawać 5× jeść — o 6, 9.30, 1, 4.30 i 8-ej, to znaczy co 3 i pół godziny z przestrzeganiem 10-godzinnej nocnej przerwy. Cztery razy można jej dać mleczną mieszankę (mleko, klej owsiany 2 : 1 + 1 łyż. od herb. cukru na 100 gr. mieszanki) w ilości 180 gr. (12 łyżek stołowych) na porcję, na obiadowe zaś jedzenie, t. j. trzecie z rzędu, porcję kaszy manny na lekkim rosole lub wodzie z masłem i jarzyny (marchew, buraki, szpinak, jarmuż).

HEMATOGEN-LEK
LECZY: BLEDNICĘ
MAŁOKRWISTOŚĆ, SKROFUŁY.
NERWY, BRAK APETYTU
NIE PSUJE ZĘBÓW
DLA DOROSŁYCH, DZIECI i STARCÓW

Ilość jarzyny wynosi 6 łyż. od herb. na raz. Kaszę mannę zazwyczaj podajemy z cukrem. Sól zamiast cukru można do niej dodawać od 4-go kwartału życia.

(Dalszy ciąg odpowiedzi na str. 16).

NASZA FORMA BIBUŁKOWA



Pyjama-kimono (piżama) dla dziecka na 4 lata.

Przed skrojeniem materjału foremkę należy dopasować na figurze dziecka, następnie bryt materjału (ciepła flanelka) długości piżamki należy złożyć poczwórnie, na linji złożenia położyć środek pleców załączonej formy i skroić, dodając wokoło 1 cm. na szew. Plecy koło szyjki podkroić według formy — podkrój przodu naznaczony na formie radełkiem; przeciąć krótki rozporeczek jak to widać na modelu, podszyć pliską i dla upiększenia wykończyć barwnemi węzełkami.

Pani D. J. W Warszawie „kojców“, o które Pani zapytuje, niestety, nabyć nie można. W roku bieżącym w numerze marcowym damy model takiego „kojca“ z dokładnym opisem, jak należy go wykonać. W roku 1927 model był podawany.

Pani Budzyńskiej i Pani Sternowej: Odpowiedź na swe listy znajdą Panie w Nr. 5 „Młodej Matki“ — w specjalnym artykule.

Do Wszystkich Czytelników. Prosimy o podawanie o Redakcji Mł. Matki tematów pedagogicznych i lekarskich, które Czytelniczki chciałyby mieć omówione na łamach naszego pisma. Da to możność Redakcji zorjentowania się w tem jakie zagadnienia wychowawcze interesują nasze czytelniczki, nawiąże bliższy kontakt między Redakcją i Czytelnikami i pismo nasze uczyni jeszcze bardziej żywotnem i pożytecznem.

PEDJATRJA POLSKA ORGAN POLSKIEGO T-WA PEDJATRYCZNEGO

wychodzi co dwa miesiące, 6 zeszytów tworzy I tom.

Prenumerata roczna z dwumiesięcznikiem uzupełniającym **OPIEKA NAD DZIECKIEM**

wynosi z przesyłką pocztową zł. 20.

Prenumeratę przyjmuje Administracja Pedjatrji Polskiej **P. K. P. D. — Wydział Higjeniczno-Lekarski, Warszawa — Jasna 11.** Konto w P. K. O. Nr. 5882.

Redakcja i Administracja: Górnośląska 20, tel. 401-24.

Konto P. K. O. 14555.

Cena prenumeraty „Młodej Matki“: w Warszawie i na prowincji rocznie 10 zł. — kwartalnie 2 zł. 70 gr. — miesięcznie 1 złoty.

Cena ogłoszeń: wewnętrzne strony okładki: 1 strona 150 zł., ½ strony 75 zł., ¼ strony 40 zł. ostatnia strona i za tekstem o 50% drożej.

Wydawca E. Grocholska. **Redaktorzy: Dr. R. Barański i W. Pełczyńska.**

Drukarnia „Kobiety Współczesnej“ Marszałkowska 148.

ZDROWIE — DZIECKU, RADOŚĆ — MATCE
zapewniają
PUDER i MYDŁO BEBE SZOFMANA

24 **ARKUSZE WZORÓW ROBÓT**
załączonych do tyg. „KOBIETA WSPÓŁCZESNA"
w roku 1927.

CENA ZŁ. 4.

Wysyłamy po otrzymaniu pieniędzy.

Warszawa — Górnośląska 20. Konto P. K. O. 14.560.



REFORMACKIE

pigułki z marką „ZAKONNIK"
Znane od 1602 R.

regulują żołądek, chronią od **reumatyzmu**, cierpień **wątroby**, nadmiernej **otyłości**, artretyzmu, uderzeń **krwi** do **głowy**, uśmierzają **hemoroidy**, czyszczą **krew** i przy skłonnościach do obstrukcji są łagodnym środkiem przeczyszczającym.

Użycie 2 pig. na noc.

CENA PUD. ZŁ. 1.35 WYROBU APTEKI

KARCZEWSKI-TUSZYŃSKI, Warszawa, ul. Trębacka 4

Żądać w aptekach i składach z „ZAKONNIKIEM".

PHYTINA „CIBA"

Organiczny pierwiastek fosforowy, wydzielony z nasion roślinnych, zawierający około 22% zupełnie przyswajalnego fosforu w formie nieszkodliwej.

Pobudza łaknienie, powoduje szybkie nabieranie na wadze, wzmacnia organizm, zwłaszcza układ nerwowy, przyczynia się do rozwoju ustroju, zwłaszcza kośćca, leczy i zapobiega krzywicy.

Wskazania: Zmęczenie fizyczne, wyczerpanie nerwów karmienie piersią. Niedokrwistość i t. d.

Upośledzony rozwój dzieci, krzywica, zołzy i t. d.

Kapsułki. *Krople.*

Oseskom i dzieciom do 2 lat najlepiej podawać phytinę pod postacią

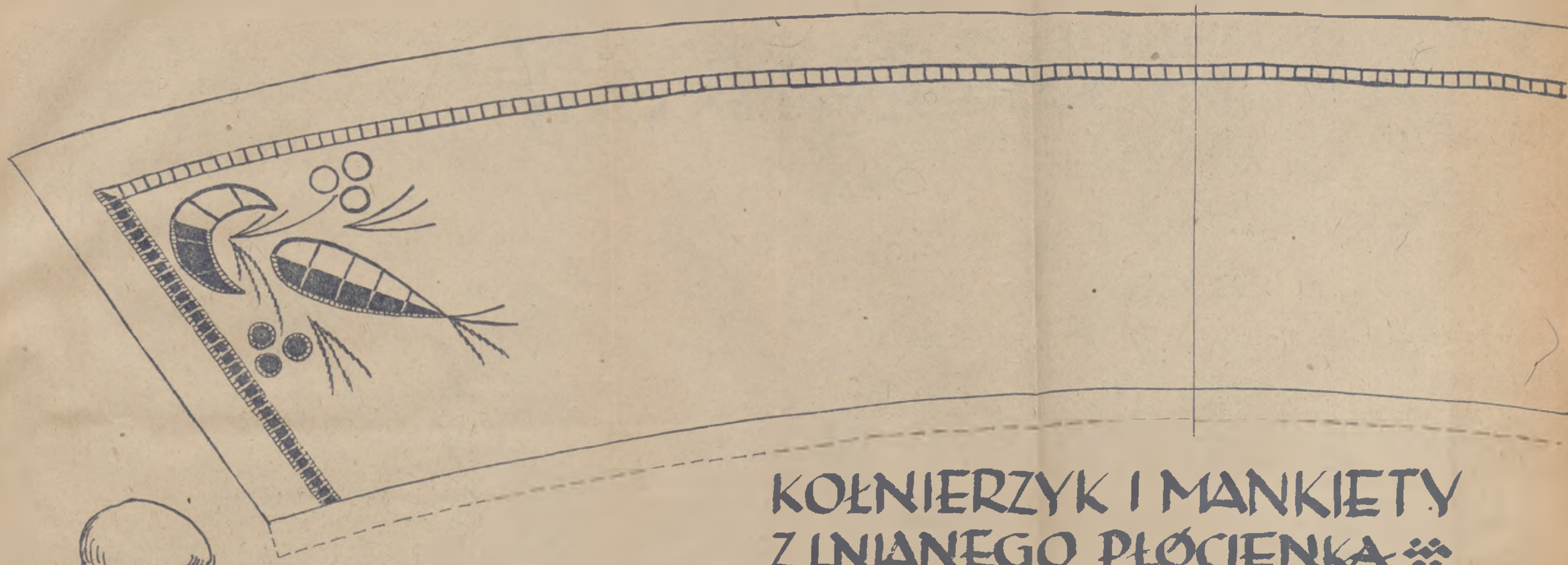
FORTOSSANU

PABJANICKIE TOWARZYSTWO AKCYJNE
PRZEMYSŁU CHEMICZNEGO
PABJANICE, WOJEW. ŁÓDZKIE.



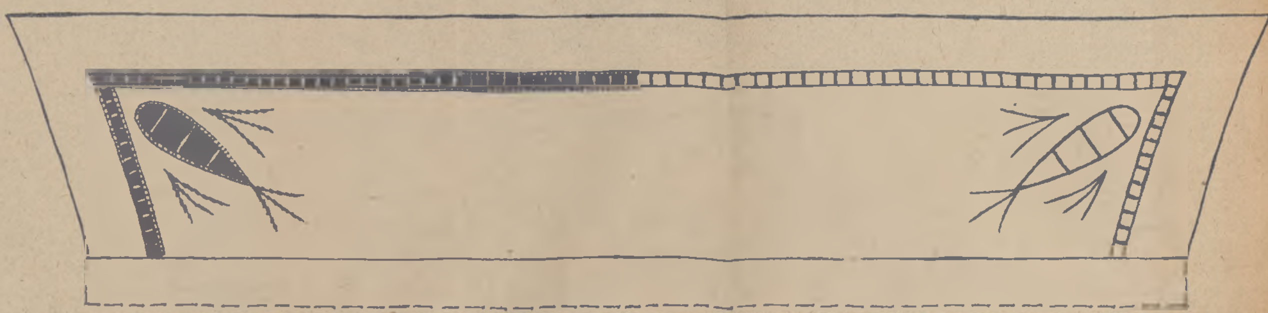


Drukarnia „Kobiety Współczesnej", Marszałkowska 148.



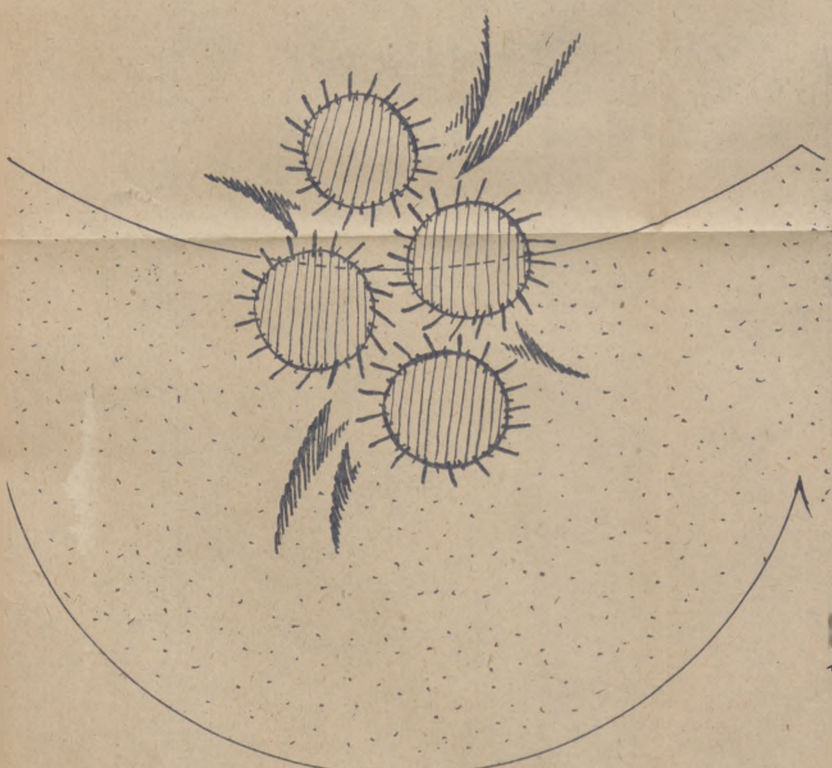


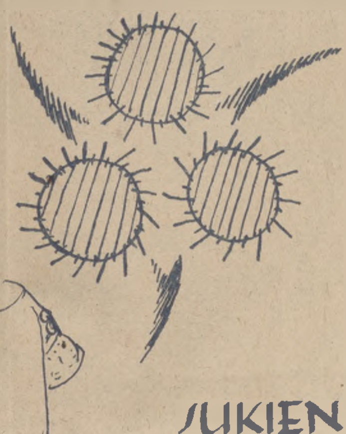
KOŁNIERZYK I MANKIETY
Z LNIANEGO PŁÓCIENKA



ANGIELSKA MEREŻKA I BIAŁY HAFT WYKONANE BAWEŁNICZKĄ C×B

STROJNA SUKIENKA
DLA DZIEWCZYNKI 7-LETN.







SUKIENKA Z JEDW. PŁÓCIENKA W PASTELOWYCH KOLORACH. OZDOBIONA APLIKACJĄ I LEKKIM HAFTEM.

KOLORY:

JASNO-RÓŻOWE, CIEMNO RÓŻOWE, BŁĘKITNE. ŚCIEGI CYTRYNOWE. C×B NR. 611

SERWETKI
Z GRUBEGO BIAŁEGO PŁÓTNA HAFTOWANE BAWEŁNICZKĄ C×B

ŚCIEGI KOLORY





ŚCIEGI KOLORY